

МЕНЮ



Handwritten signature: Ushakov

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 20
 Дата 12.08.2021
 День: среда
 Неделя: 1
 Номер дня недели: 4
 Возрастная категория: 7-11 лет и 12 лет и старше

| № п/п | Прием пищи, наименование блюда | выход в граммах | Калорийность |
|----------------|--|-----------------|--------------|
| ЗАВТРАК | | | |
| 1. | горошек зеленый консервиров. | 60 | 66,9 |
| 2. | омлет натуральный запеченный | 170 | 209,67 |
| 3. | хлеб пшеничный | 40 | 94,00 |
| 4. | хлеб ржаной | 20 | 40,20 |
| 5. | чай с лимоном | 200 | 60,54 |
| 6. | фрукты свежие (по сезону) | 100 | 55,5 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | помидор свежий | 60 | 38,80 |
| 2. | рассольник ленинградский | 250 | 134,18 |
| 3. | котлета мясная | 90 | 184,77 |
| 4. | капуста тушеная | 150 | 146,70 |
| 5. | хлеб пшеничный | 50 | 117,5 |
| 6. | хлеб ржаной | 30 | 60,3 |
| 7. | компот из свежих плодов и ягод (вит С) | 200 | 113,79 |
| 8. | сдоба | 50 | 170,5 |
| ЗАВТРАК | | | |
| 1. | горошек зеленый консервиров. | 100 | 111,5 |
| 2. | омлет натуральный запеченный | 200 | 246,67 |
| 3. | хлеб пшеничный | 50 | 117,5 |
| 4. | хлеб ржаной | 25 | 50,25 |
| 5. | чай с лимоном | 200 | 60,54 |
| 6. | фрукты свежие (по сезону) | 100 | 55,5 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | помидор свежий | 100 | 64,66 |
| 2. | рассольник ленинградский | 300 | 161,02 |
| 3. | котлета мясная | 100 | 205,30 |
| 4. | капуста тушеная | 200 | 195,60 |
| 5. | хлеб пшеничный | 70 | 185,5 |
| 6. | хлеб ржаной | 50 | 100,5 |
| 7. | компот из свежих плодов и ягод (вит С) | 200 | 113,79 |
| 8. | сдоба | 50 | 170,5 |

Директор МБОУ СОШ № 20 *И.В. Кошова*

Зав. производством ООО "Формула вкуса" *Алекс Мещеряков М.А.*

